



SUDEP Awareness Day
23RD OCTOBER

Tous unis contre les SUDEP

SUDEP est l'abréviation de SUDDEN UNEXPECTED DEATH IN EPILEPSY (Mort subite inattendue dans l'épilepsie).

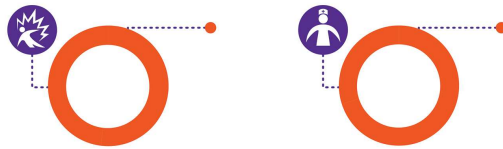
Ce terme est utilisé quand une personne atteinte d'épilepsie décède de façon soudaine et prématurée sans autre cause de décès identifiée

Environ 50 millions de personnes sont atteintes d'épilepsie dans le monde, ce qui fait de l'épilepsie la maladie neurologique la plus fréquente



- Les causes ne sont actuellement pas connues
- Les SUDEP sont moins fréquentes chez les enfants que chez les adultes
- 1/2 Les SUDEP sont responsables d'environ la moitié des décès liés à l'épilepsie

La meilleure façon de réduire le risque de SUDEP est d'arriver à ne plus avoir de crise



Les facteurs de risque sont

- Les crises tonico-cloniques (appelées parfois crises "grand mal" ou convulsives)
- Ne pas prendre son traitement régulièrement ou tel qu'il est prescrit
- Il n'est pas nécessaire d'avoir des crises fréquentes pour être à risques de SUDEP. Même si vos crises sont contrôlées, vous devez prendre votre traitement et avoir un suivi médical régulier
- Les crises survenant la nuit ou à l'endormissement
- Etre atteint de l'épilepsie depuis longtemps (épilepsie débutant dans l'enfance)
- Il est important de parler avec votre médecin pour évaluer votre propre niveau de risque

Prenez des mesures positives

- SOYEZ CONSCIENTS** des risques liés à l'épilepsie - Cela ne doit vous effrayer
- SOYEZ CONCERNES** de votre épilepsie et votre niveau de risque - Parlez-en autour de vous
- SOYEZ PROACTIF** n'ignorez pas les risques, mettez en place des mesures positives

- S'informer et être conseillé peut vous aider à mettre en place des mesures de protection
- Avoir un suivi médical régulier - discuter des risques et de tout changement
- Établir un plan de soin avec votre médecin afin d'identifier les meilleures façons de vous protéger
- Surveiller vous-même votre épilepsie entre deux suivis médicaux
- Utiliser des outils tel qu'un calendrier des crises, des outils de rappel pour prendre votre traitement et des applications de suivi des risques pour vous aider à rester vigilant et contrôler votre épilepsie

